

桃園市龜山區福源國小 111 學年度學童視力保健實施計畫

壹、依據：本校輔導處年度計劃辦理。

貳、現況分析：

視力不良是台灣地區學生一項嚴重的健康問題，且具有三大特徵「人數多、年齡早、度數深」，學童近視盛行率一直居高不下，令人擔憂。教育部學(幼)童視力保健實施計畫，希望以更務實的態度，整合政府、社會、學校、家長的力量來解決此一問題，目標在能有效降低近視之盛行率。

表 1、桃園縣各學年度國小學童視力不良率

學年度	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
95	26.86%	32.69%	37.69%	44.67%	50.15%	55.51%
96 福源國小	40%	36.96%	36.67%	26.39%	42.37%	50%
97 福源國小	26.83%	30%	44.44%	36.36%	35.71%	44.26%
98 福源國小	41.4%	25.6%	18.2%	45.2%	54%	42.9%
99 福源國小	44.8%	53.1%	34.2%	33.3%	54.3%	70.6%
100 福源國小	44.8%	36.7%	51.5%	48.6%	42.2%	56.5%
101 福源國小	28.6	37.9	57.1	57.1	51.2	53.5
102 福源國小	26.9	28.6	20	19.2	41.4	44.2
103 福源國小	31.8	33.3	39.1	35.7	42.9	73.3
104 福源國小	29.2	17.4	35.7	38.1	39.3	42.9
105 福源國小	42.9	37.5	9.5	42.9	47.4	37.9
106 福源國小	34.8	26.1	45.5	21.7	47.6	36
107 福源國小	17.6	32	38.1	50	46.2	48.1
108 福源國小	13.3	26.3	22.7	36.4	57.1	37
109 福源國小	20	35.7	23.5	34.8	50	47.6
110 福源國小	52.9	39.1	57.1	23.5	42.1	52.6

參、目的：

- 一、減緩學童近視上升趨勢，至 112 年 6 月國小一年級不高於 30%；國小六年級不高於 50%。
- 二、提高視力不良學童複檢及矯治比例，提升至 100%。
- 三、提升國小學童、教師、家長視力保健知能。

肆、實施方式

一、加強學童視力保健教育

發放視力保健宣導資料給學童及家長詳閱，以便學校、學童、家長三方面共同重視學生的視力保健。

二、全校學童在每學期開學做一次視力檢查

檢查後，老師在聯絡簿上告知家長檢查結果，視力不良者，發通知單給家長，請家長帶至合格眼科處複檢，並把複檢回條交回健康中心，以便後續追蹤治療。

三、強化學童視力保健的讀書環境

穩定的燈光照明，燈具壞掉立即更換。

四、舉辦校內視力保健研習會，強化教師視力保健知能

五、舉辦視力保健相關學藝活動。

六、舉辦戶外教學，增加親近大自然的機會。

七、依學童身高調整課桌椅

八、成立視力保健工作小組。

伍、視力保健工作小組組織及職掌：

職 稱	姓 名	職 掌	工 作 內 容	備 註
校 長	薛淑芬	召 集 人	綜理本校推展視力保健工作一切有關事宜。	
教導主任	郭梨玉	計畫執行	辦理教師視力保健研習。	
輔導主任	王盈中	計畫執行	督導視力保健計畫工作內容。	
總務主任	黃輝文	計畫執行	1.調整各班課桌椅分發對號入座。 2.定期檢修各班照明設備。	
教學組長	高昇慶	組 員	協助辦理視力保健藝文競賽活動。	
學生事務 組 長	葉慈惠	組 員	1.視力保健推展計畫。 2.辦理視力保健宣導工作。 3.辦理視力保健藝文競賽活動。 3.資料及成果彙整。	
事務組長	吳俊宜	組 員	協助檢修各班照明設備。	
導 師	各班級 導 師	組 員	1.依課程標準實施正常教學，並將視力保健知識融入各科教學。 2.鼓勵學生下課時走出教室，進行動態活動及運動。 3.確實指導學生依身高選用正確桌椅。	

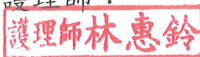
			4.指導學生正確閱讀距離，教學多樣化並避免長時間用眼。 5.督促指導視力檢查異常學童就醫。 6.指導學童實施望遠凝視。	
護理人員	林惠鈴	組員	1.協辦視力保健宣導工作。 2.視力及立體感檢查及異常個案輔導及追蹤。 3.視力保健相關資料整理及彙整。 4.協辦教師視力保健研習活動。 5.擔任諮詢人員。	


陸、實施項目及內容


實 施 內 容	承 辦 者	備 註
一、學童視力保健行政與環境		
1. 調整作息，每日規劃 15-30 分鐘，鼓勵學童離開教室到外面運動及輕鬆遠眺。	輔導室	
2. 將視力保健活動納入學校校務計畫。	輔導室	
3. 成立推動視力保健工作小組，且分工明確。	輔導室	
4. 辦理校內視力保健研習會。	教導處	
5. 不定期辦理校內視力保健活動。	學生事務組長	
6. 每學年或每學期依生身高調整提供新型課桌椅，檢視新型課桌椅使用之正確性。	各導師 總務處	
7. 校園綠美化。	總務處	
8. 教室桌面照度不低於 500LUX，且燈光不閃爍；黑板照度不低於 750LUX，且黑板不反光。	總務處	
二、學童視力保健教學與行為實踐		
1. 學童閱讀、做作業姿勢端正，眼睛與書面保持 35 公分以上的距離；對於姿勢不良之學童教師須去探究原因並給予正確的指導。	各導師	
2. 教室光線充足，燈光不閃爍，黑板不反光。	總務處	
3. 依國民小學學生作業簿規格，正確使用作業簿。	各導師	
4. 鼓勵學童下課時間進行動態活動，讓眼睛休息，避免近距離的護眼活動。	各導師	
5. 學童操作電腦時能遵守視力保健 3010 原則，且保持眼睛與螢幕距離 70-90 公分，眼睛與螢幕內框上緣同高。	科任老師 各導師	
6. 教師多安排非近距離用眼活動。	各導師	
7. 教師能適時進行視力保健宣導。	各導師	


8. 擅用視力保健宣導資料。	各導師 護理師	
三、學童視力保健服務與矯治輔導		
1. 每學期依標準化檢查方法，進行學童視力篩檢，並將檢查結果登錄於健康檢查紀錄卡「視力狀況」欄位。	護理師 各導師	
2. 新生入學一個月內，以亂點立體圖進行斜弱視篩檢，並將檢查結果登錄於健康檢查紀錄卡「立體圖檢查」適當欄位	護理師 一年級導師	
3. 視力檢查結果及亂點立體圖異常者通知家長帶往眼科醫師處複查，並提醒視力保健相關注意事項	護理師 各導師	
4. 將視力不良學童接受複查結果登錄於其健康檢查紀錄卡「視力狀況」、健檢（一、四年級）「眼科」項目欄位	護理師	
5. 關懷且輔導接受眼科藥物治療之學童。	護理師 各導師	
6. 關懷且輔導配戴眼鏡矯治視力之學童。	護理師 各導師	
7. 統計全校學生視力篩檢與矯治結果。	護理師	
8. 追蹤輔導視力不良學童就醫矯治。	護理師 各導師	
四、家長與社區之配合		
1. 利用家庭連絡簿，檢核學童視力保健實施情形。	各導師	
2. 利用家長日或校慶活動日，辦理學童視力保健有關之宣導活動或加強溝通視力不良學童追蹤矯治事宜。	教導處 各導師	
3. 發放視力保健單張給社區家長。	護理師 各導師	


柒、本計畫經校長核定後實施，修正時亦同。


護理師：



學生事務組長：


輔導主任：


校長：


教學組長：


教導主任：


事務組長：


總務主任：
